

KONTRIBUSI *ADVERSITY QUOTIENT* TERHADAP *SCHOOL WELL-BEING* PADA SISWA SMA

¹Fitrie Rossa Nursanti, ²Meta Damariyanti*

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
Jl. Margonda Raya No 100, Depok 16424, Jawa Barat
¹fitriern00@gmail.com, ²meta_da@staff.gunadarma.ac.id*
*)Penulis Korespondensi

Abstrak

Terdapat beragam permasalahan disekolah seperti kekerasan disekolah dan lingkungan sekolah yang kurang kondusif bagi siswa SMA. Hal tersebut berdampak pada *School Well-Being* para siswa SMA. *Adversity Quotient* sebagai kemampuan untuk bertahan dan menghadapi kesulitan mampu memengaruhi *school wellbeing* pada siswa SMA. Penelitian ini bertujuan untuk menguji kontribusi *Adversity Quotient* terhadap *School well-being* pada siswa SMA. Penelitian ini dilakukan terhadap 129 responden dengan menggunakan skala *adversity quotient* dan skala *school well-being*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu teknik *accidental sampling*. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan teknik regresi. Hasil membuktikan bahwa hipotesis penelitian ini diterima yaitu terdapat kontribusi *adversity quotient* terhadap *school well-being* dengan nilai signifikansi sebesar 0,00 ($<0,01$) dan nilai *F* sebesar 35,142. Pada hasil uji regresi juga diperoleh nilai *R Square* sebesar sebesar 0,217 artinya sebesar 21,7% variabel *school well-being* ditentukan oleh variabel *adversity quotient*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa baik atau buruknya *school well being* berkaitan dengan *adversity quotient* yang dimiliki para siswa SMA.

Kata kunci : *Adversity Quotient, School Well-Being, Siswa SMA*

Abstract

There are various problems at school, such as violence at school and a school environment that is less conducive for high school students. This has an impact on the *School Well-Being* of high school students. *Adversity Quotient* as the ability to survive and face difficulties can influence *school wellbeing* in high school students. This research aims to examine the contribution of the *Adversity Quotient* to *school well-being* in high school students. This research was conducted on 129 respondents using the *adversity quotient* scale and the *school well-being* scale. The sampling technique used was the *accidental sampling* technique. Hypothesis testing is carried out using regression techniques. The results prove that this research hypothesis is accepted, namely that there is a contribution of the *adversity quotient* to *school well-being* with a significance value of 0.00 (<0.01) and an *F* value of 35.142. In the regression test results, an *R Square* value of 0.217 was also obtained, meaning that 21.7% of the *school well-being* variable was determined by the *adversity quotient* variable. These results show that good or bad *school well-being* is related to the *adversity quotient* of high school students.

Keywords: *Adversity Quotient, School Well-Being, High School Students*

PENDAHULUAN

Pada setiap penyelenggaraan jenjang pendidikan, belajar merupakan sebuah proses kegiatan dan unsur yang sangat fundamental, dimana berhasil atau gagalnya pencapaian

pendidikan bergantung pada proses belajar yang dialami oleh para peserta didik (Safari, 2021). Sekolah perlu menciptakan kondisi yang aman, nyaman, dan tidak membosankan karena dapat membuat siswa berkembang

secara optimal, serta mendapatkan pengalaman yang menyenangkan sekolah sehingga memperoleh hasil yang terbaik (Curby, Rudasil, Edwards, Perez-Edge, & Martin, 2011).

Namun, ternyata sekolah dapat menjadi sumber masalah bagi sebagian siswa yang akhirnya dapat menimbulkan stres pada siswa (Desmita, 2012). Kondisi kelas bersifat negatif dan tidak kondusif memengaruhi para peserta didik kurang aktif dalam kegiatan akademiknya (Curby, dkk, 2011). Kondisi kelas negatif yang dapat menyebabkan siswa SMA tidak merasakan kesejahteraan di lingkungan sekolahnya, yaitu mengenai kondisi lingkungan seperti yang dilansir Afriyanto (2021) berdasarkan catatan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan Riset, dan Teknologi, terdapat 344.811 ruang kelas mengalami kerusakan terdiri dari berbagai kategori, yaitu rusak ringan, sedang, hingga berat. Terdapat kasus lain yang dilansir Hutagaol (2019) berdasarkan data kemendikbud, per 2018 dalam tingkatan SMA terdapat 12.844 total ruang kelas yang mengalami rusak berat. Sementara, sebanyak 15.712 mengalami rusak sedang, dan sebanyak 151.344 mengalami rusak ringan. Perlunya perhatian khusus ditunjukkan pada ruang kelas yang rusak berat karena kategori inilah yang mengancam keselamatan para pelajar. Hal tersebut didukung oleh Huebner dan McCullough (2000) bahwa pengalaman sekolah yang kurang menyenangkan dapat menjadi sumber stres dan mengurangi kualitas

hidup. Permasalahan yang dihadapi sering terjadi pada siswa SMA diantaranya masalah dalam bidang akademik, sosial, pribadi, maupun dalam bidang karir mereka (Suhardita, 2011). Hal tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Khofifah, Sano, dan Syukur (2017) dengan subjek yang merupakan siswa SMA menyatakan terdapat empat bidang masalah yang dialami yaitu masalah pribadi, belajar, sosial, dan karir.

Selain itu, terdapat permasalahan yang dialami siswa SMA mengenai kondisi sosial baik hubungan antara siswa dengan guru maupun hubungan antara siswa dengan siswa atau temannya di lingkungan sekolah, seperti data yang dilansir Qodar (2015) sebuah riset yang dilakukan LSM *Plan International* dan *International Center for Research on Women* (ICRW) menunjukkan terdapat 84% anak di Indonesia mengalami kekerasan di sekolah. Selain itu, berdasarkan data yang dilansir Fatiara (2019) Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima 153 kasus pengaduan kekerasan fisik sebanyak 39% terjadi di jenjang SMA/SMK/MA. Tidak hanya kekerasan fisik, siswa SMA juga mengalami kekerasan seksual di sekolah. Berdasarkan data yang dilansir Hastanto (2021), Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) melaporkan temuan kasus kekerasan seksual di satuan pendidikan sepanjang 2021 tercatat sebanyak 28% pelajar dijenjang SMA/ sederajat

Berdasarkan data yang dilansir Gusti (2012), hasil survei yang dilakukan *Center for*

Public Mental Health (CPMH), Fakultas Psikologi UGM terhadap siswa SMA dan SMK diketahui relatif tingginya perasaan tidak puas siswa terhadap situasi kehidupan di sekolah. Dari survei ini sebanyak 40% siswa mengaku merasa tidak nyaman dan kurang puas dengan kondisi lingkungan sosial di sekolah. Selain itu, menemukan tingginya tingkat kasus kekerasan di sekolah, serta ditemukan juga masalah kesehatan mental dan psikososial dalam tingkat sedang yang ditemukan kurang lebih sepertiga dari responden. Permasalahan-permasalahan tersebut mampu memengaruhi *school well-being* para siswa.

Menurut Konu dan Rimpela (2002), *school well-being* merupakan keadaan sekolah yang memungkinkan siswa memuaskan kebutuhan dasarnya yang meliputi *having* (kondisi sekolah), *loving* (hubungan sosial), *being* (pemuahan diri), dan *health* (kesehatan). Menurut Rasyidin (2014) *school well-being* adalah suasana psikologis yang tercipta didalam lingkungan sekolah, sehingga individu yang menjalankan aktivitas di sekolah merasa bahagia. *School well-being* sendiri digunakan untuk mendapat gambaran mengenai kesejahteraan siswa selama di sekolah dan menciptakan lingkungan pembelajaran yang baik sehingga tercapainya pembelajaran tersebut.

Individu dengan *school well-being* yang tinggi merasa nyaman berada di lingkungan sekolah dan merasa termotivasi untuk belajar (Azhari & Situmorang, 2019).

Menurut Amalia (2020) individu dengan *school well-being* yang tinggi akan memiliki perasaan pengalaman yang positif terkait pembelajaran di sekolah dan keinginan belajar yang kuat sebaliknya, individu yang memiliki *school well-being* yang rendah akan memiliki pengalaman emosi yang negatif seperti mengalami kecemasan. Kemudian, Wilkinson (2004) menyatakan individu yang memiliki *school well-being* yang rendah akan memiliki prestasi yang buruk di sekolah dan rentan terhadap masalah sosial.

Siswa SMA dengan *school well-being* yang tinggi akan berdampak positif pada kehidupan selanjutnya salah satunya membantu siswa SMA untuk siap menghadapi tantangan akademik di perguruan tinggi. Siswa yang telah mempunyai pengalaman positif dilingkungan sekolah cenderung membawa pengalaman tersebut dalam perjalanan mereka menuju masa depan, dimana memiliki pondasi yang kuat untuk meraih kesuksesan di berbagai aspek kehidupan. Hal ini didukung oleh pendapat Azhari dan Situmorang (2019) dampak *school well-being* yaitu siswa merasa nyaman dan termotivasi untuk mengikuti kegiatan belajar-mengajar, menjadikan kesulitan sebagai sebuah tantangan, efikasi diri tinggi, mendukung kesuksesan siswa dan menjadikan siswa mudah beradaptasi pada lingkungan yang dianggap sulit dan dapat menurunkan tingkat agresivitas siswa. Dengan kata lain dampak positif dari *school well-being* yang tinggi pada siswa SMA bukan hanya mempengaruhi pencapaian akademik,

tetapi juga membentuk karakter, keterampilan, dan kesejahteraan mental yang membekali mereka untuk sukses dalam berbagai peran dan tanggung jawab di masa depan.

Permasalahan dalam kehidupan siswa berasal dari lingkungan sekolah karena siswa banyak menghabiskan waktu di sekolah (Safiany & Maryatmi, 2018). Oleh karena itu, siswa harus memiliki kemampuan untuk dapat terus bertahan dan berjuang agar dapat mengatasi kesulitan tersebut dan keluar dengan sukses. Kemampuan dalam bertahan dan menghadapi kesulitan disebut dengan *Adversity Quotient* (Stoltz, 2002). Siswa perlu memiliki *adversity quotient* untuk dapat menghadapi kesulitan sehingga tercapainya kesejahteraan di sekolahnya. Hal tersebut didukung oleh pendapat Rohman dan Fauziah (2014) ketika ingin meningkatkan *school well-being*, maka sekolah dapat memfasilitasi terbentuknya *adversity intelligence* siswa. Stoltz (2002) juga sependapat bahwa kesuksesan yang dicapai individu untuk keluar dari kesulitan ditentukan oleh *adversity quotient* yakni kemampuan bertahan menghadapi kesulitan dan kemampuan untuk mengatasinya. Maka dapat dikatakan bahwa *adversity quotient* memiliki peranan penting dalam membentuk *school well-being* pada siswa.

Keterkaitan *adversity quotient* dan *school well-being* dapat dibuktikan dari hasil penelitian terdahulu. penelitian yang dilakukan oleh Khoirunnisa, Hidayah, dan Yuzarion (2021) membuktikan adanya pengaruh yang

signifikan antara *adversity quotient* terhadap *school well-being* pada siswa kelas VIII dan IX SMP Muhammadiyah Al Mujahidin saat belajar dari rumah (LFH) selama pandemi covid-19, dimana *adversity quotient* memberikan sumbangan efektif sebesar 39,5% pada *school well-being*

Siswa SMA memiliki permasalahan dan kesulitan dalam menjalani pendidikan di sekolah sehingga berdampak pada *school well-being* yang dimilikinya. Dalam memenuhi kebutuhannya, siswa SMA memerlukan kemampuan daya juang dari dalam dirinya yang meliputi kemampuan untuk menghadapi kesulitannya tersebut sehingga dapat mencapai kepuasan di lingkungan sekolah dan meningkatkan prestasi akademiknya. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *school well-being* pada siswa SMA adalah kemampuan *adversity quotient*. Data empiris menunjukkan keterkaitan *adversity quotient* dengan *school well-being*. Maka berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti merumuskan apakah terdapat kontribusi *Adversity Quotient* terhadap *School well-being* pada siswa SMA?

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan skala sebagai alat ukur yang disebar secara daring melalui *google form*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *nonprobability*, yaitu teknik *incidental sampling*. Menurut Sugiyono (2015) teknik *incidental sampling* merupakan suatu teknik

penentuan sampel berdasarkan kebetulan, maka siapa saja yang secara kebetulan (*incidental*) bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel. Alasan menggunakan *incidental sampling* adalah subjek yang direferensikan sesuai dengan persyaratan *sampling* pada penelitian ini, yaitu siswa SMA. Responden penelitian ini berjumlah 129 siswa SMA dengan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (86%), sedangkan responden laki-laki 14%. Responden penelitian ini berada pada usia 15 tahun (13%), 16 tahun (37%), 17 tahun (33%) dan 18 tahun (16%). Secara umum responden penelitian ini bersekolah di sekolah swasta (78%) dan sekolah negeri (22%), serta sebanyak 74% mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan 26% tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler

Skala *school well-being* dalam penelitian ini menggunakan alat ukur *school well-being* yang diadaptasi oleh Purnomo (2018) berdasarkan dimensi-dimensi *school well-being* yang dikemukakan oleh Konu dan Rimpela (2002), yaitu *having, loving, being,* dan *health*. Skala ini terdiri dari 20 aitem pernyataan Kategori respons pada skala ini adalah mulai dari Sangat Tidak Sesuai hingga Sangat sesuai dengan rentang skor 1-5. Reliabilitas skala ini adalah $\alpha = 0.796$

Skala yang akan di gunakan untuk mengukur *adversity quotient* adalah alat ukur yang diadaptasi oleh Hasanah (2010)

berdasarkan dimensi-dimensi *adversity quotient* yang dikemukakan oleh Stoltz (2000), yaitu *control, origin and ownership, reach,* dan *endurance*. Skala ini terdiri dari 20 aitem pernyataan Kategori respons pada skala ini adalah mulai dari Sangat Tidak Sesuai hingga Sangat sesuai dengan rentang skor 1-5. Reliabilitas skala ini adalah $\alpha = 0.847$.

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik regresi sederhana, yaitu untuk menguji adanya kontribusi *adversity quotient* terhadap *school well-being* pada siswa SMA. Analisis data ini dilakukan dengan menggunakan program komputer *Statistical Product and Service Solution (SPSS) version 25.0 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji kontribusi *adversity quotient* terhadap *school well-being* pada siswa SMA. Hasil Analisa regresi seperti yang terlihat pada tabel 1, menemukan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$) dan F sebesar 35,142. Berdasarkan hal tersebut membuktikan bahwa hipotesis dapat diterima, yaitu terdapat kontribusi *adversity quotient* terhadap *school well-being* pada siswa SMA. Tabel 2 menunjukkan Nilai R Square sebesar 0,217 artinya 21,7% variabel *school well-being* pada siswa SMA ditentukan oleh variabel *adversity quotient*, sedangkan 78,3% disebabkan oleh faktor lain diluar penelitian ini.

Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis

Model		<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
1	Regression	1275,613	1	1275,613	35,142	0,000
	Residual	4609,984	127	36,299		
	Total	5885,597	128			

Tabel 2. Hasil Koefisien Korelasi dan Korelasi Determinan

Variabel	R	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of The Estimate</i>
<i>Adversity Quotient</i> dan <i>School Well-Being</i>	0,466	0,217	0,211	6,025

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terdapat kontribusi *adversity quotient* terhadap *school well-being* pada siswa SMA. Hal ini didukung oleh pendapat Rohman dan Fauziah (2014) ketika ingin meningkatkan *school well-being*, maka sekolah dapat memfasilitasi terbentuknya *adversity intelligence* siswa. Pada saat siswa SMA memiliki tingkat *adversity quotient* yang tinggi, individu akan memiliki daya saing, kreativitas, motivasi, berani mengambil resiko, melakukan perbaikan dalam hidupnya, tekun, berprestasi, melakukan perubahan, ulet, dan akan bangkit kembali dari keterpurukan (Stoltz, 2002). Dari hal tersebut, maka dengan adanya *adversity quotient* yang dimiliki oleh siswa akan merangsang siswa untuk memikirkan kembali keberhasilan dalam rumusan menghadapi permasalahan dan mencapai prestasi (Zainuddin, 2011), sehingga siswa dapat memuaskan kebutuhannya dan merasa bahagia atau disebut sebagai *school well-being* (Rasyidin, 2014).

Selain itu, siswa dengan *adversity quotient* akan memiliki *control, origin and ownership, reach, dan endurance* yang tinggi

juga, artinya siswa memiliki kendali penuh dalam mengatasi masalahnya, menganggap masalah yang dihadapinya hanyalah sementara, menganggap penyebab masalah tidak berasal dari dalam dirinya melainkan dari luar dirinya, dan tidak akan membiarkan masalah tersebut meluas ke aspek kehidupannya, serta cepat dilupakan dan tidak membekas pada pikirannya sehingga siswa dapat menjalani kehidupannya dengan baik dan merasakan kesejahteraan di sekolah. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Andriany dan Setyawan (2016) dimana semakin tinggi *adversity intelligence* maka semakin tinggi kesejahteraan sekolah.

Di sisi lain, *adversity quotient* yang baik juga dapat membantu siswa untuk mempersiapkan dan menghadapi tantangan baru yang mungkin muncul di lingkungan perguruan tinggi atau di kehidupan masa depan siswa. Mereka memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan, mengatasi tekanan, dan tetap optimis dalam menghadapi tantangan akademik dan sosial. Siswa yang memiliki *adversity quotient* cenderung mampu

mengatasi setiap kesulitan dan lebih termotivasi untuk meraih prestasi (Nurhayanti & Fajriyanti, 2013). Kombinasi dari *school well-being* dan *adversity quotient* ini memberikan siswa SMA ini keunggulan dalam menghadapi tantangan yang dihadapi dalam lingkungan pendidikan yang lebih tinggi, membangun jaringan yang kuat, serta meraih kesuksesan secara akademik dan pribadi di masa depan.

Adversity quotient merupakan faktor dalam diri siswa memengaruhi *school well-being* sebesar 21,7%, untuk dapat memaksimalkan maka perlu faktor luar dalam membentuk *school well-being* pada siswa seperti hubungan sosial meliputi dukungan, kepercayaan dengan guru, dan hubungan siswa dengan teman sekolahnya. Keyes dan Waterman (2008) berpendapat bahwa hubungan sosial merupakan salah satu faktor yang memengaruhi *well-being* siswa di sekolah. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Maspupah, Violina, Diva, dan Rahman (2021) yang menyatakan dimana tingkat *school well-being* pelajar di Indonesia dapat mengalami peningkatan bergantung pada dukungan sosial yang diterima atau dimiliki oleh siswa.

Selanjutnya, kepercayaan siswa terhadap guru di sekolah akan memengaruhi keterikatan dan *well-being* siswa di sekolah

karena dengan rasa percaya memberikan pengaruh besar terhadap *achievement* (pencapaian), dan perilaku siswa di sekolah. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Hongwidjojo, Monika, dan Wijaya (2018) yang menunjukkan semakin tinggi *student-teacher trust* di sekolah, maka semakin tinggi pula *school well-being* yang dimiliki siswa pada kedua sekolah tersebut. Selanjutnya, faktor lain yang dapat memengaruhi *well-being* siswa di sekolah yaitu hubungan siswa dengan teman sebayanya (*peer relation*). Menurut Keyes dan Waterman (2008) individu yang mendapatkan dukungan dari teman akan lebih merasakan kebahagiaan dan kesejahteraan. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Wijayanti dan Sulistiobudi (2018) *peer relation* mampu berperan paling besar pada aspek perasaan siswa. Dengan kondisi tersebut membuat setiap siswa merasa diterima sehingga merasa kebahagiaan dan kesejahteraan di sekolah. Maka dari penjelasan diatas, faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini berupa dukungan sosial (Maspupah, Violina, Diva, & Rahman, 2021), *student-teacher trust* (Hongwidjojo, Monika, & Wijaya, 2018), atau pun *peer relation* (Wijayanti & Sulistiobudi, 2018) yang juga dapat mempengaruhi *school well-being*.

Tabel 3. Mean Empirik, Mean Hipotetik, dan Standar Deviasi Hipotetik Skala *School Well-Being dan Adversity quotient*

Skala	Mean Empirik	Mean Hipotetik	Standar Deviasi Hipotetik	Kategori
<i>School Well-Being</i>	43,68	39	8,67	Sedang
<i>Adversity quotient</i>	72,54	63	14	Sedang

Tabel 3 menemukan bahwa *school well-being* dalam kategori yang sedang. Artinya responden cenderung memiliki *school well-being* yang baik, yaitu siswa SMA merasa adanya kesejahteraan di sekolah dan mendapatkan pengaruh positif saat berada di sekolah. Siswa SMA lebih banyak menghabiskan waktunya di sekolah. Akibatnya, pengalaman siswa di sekolah layaknya pengalaman yang memberikan implikasi penting untuk kehidupan yang berdampak pada kesejahteraannya (Park, 2004). *School well-being* pada siswa dapat berdampak positif pada prestasi akademiknya di sekolah. Hal ini didukung oleh pendapat Papalia, Olds, dan Feldman (2007) yang mengatakan bahwa siswa yang menyukai sekolah cenderung melakukan kegiatan akademis yang lebih baik. Sebaliknya, *school well-being* yang rendah akan berdampak negatif bagi siswa (Rohman & Fauziah, 2014). Hal tersebut didukung oleh Amalia (2020) yang menyatakan bahwa individu yang memiliki *school well-being* yang rendah berdampak negatif yang akan memengaruhi emosi yang negatif pula seperti mengalami kecemasan.

Responden penelitian memiliki *adversity quotient* dalam kategori yang

sedang. Artinya responden cenderung memiliki *adversity quotient* yang baik, yaitu siswa SMA pada penelitian ini memiliki kemampuan daya tahan yang baik dalam menghadapi kesulitan. Meskipun demikian, perlu untuk ditingkatkan dengan memberikan perhatian lebih pada aspek dukungan sosial yang adekuat dan pengembangan rasa percaya diri. Langkah-langkah ini diharapkan akan berkontribusi pada peningkatan *adversity quotient* siswa SMA, yang pada akhirnya akan membantu mereka mengatasi tantangan dengan lebih efektif. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Puspasari, Kuwato dan Wijaya (2012) membuktikan bahwa *adversity quotient* dapat disebabkan karena adanya dukungan sosial. Dukungan dapat diartikan sebagai bantuan atau pertolongan atau kekuatan tambahan yang tidak bisa berdiri sendiri (Lee, Smith, Perry, dan Smylie, 1999). Selain itu, siswa yang memiliki *adversity quotient* dapat juga disebabkan karena adanya *self-confidence*. Rasa percaya diri sebagai penentu keberhasilan individu kemudian menjadi relevan bagi AQ karena tujuan dari AQ sendiri adalah mengubah hambatan menjadi peluang kesuksesan (Ilmiah & Utomo, 2020).

Tabel 4. Analisa Deskripsi Mean Empirik Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	%	Mean			
			AQ	Ket	SWB	Ket
Laki-laki	18	14%	72,67	Sedang	47,06	Sedang
Perempuan	111	86%	72,52	Sedang	43,14	Sedang
Total	129					

Tabel 4 memberikan informasi bahwa *school well-being* berdasarkan jenis kelamin berada pada kategori sedang, artinya baik siswa laki-laki dan perempuan cenderung memiliki *school well-being* yang baik. Namun, jika dilihat dari nilai *mean* empirik, *school well-being* pada siswa laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan. Kemungkinan penyebab dari perbedaan ini adalah bahwa siswa laki-laki memiliki keuntungan terkait keluhan psikologis dibandingkan dengan siswa perempuan, seperti hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Kim, Park, dan Park (2021) pada siswa SMA yang menunjukkan bahwa anak perempuan cenderung lebih mungkin mengalami masalah kesehatan mental dan menunjukkan perilaku gaya hidup yang negatif. Dimana status kesehatan meliputi keadaan psikologis menjadi faktor penting dalam meningkatkan kesejahteraan siswa di lingkungan sekolah. Hal ini didukung oleh pendapat Konu dan Rimpela (2002) dimana kesehatan meliputi aspek fisik dan psikis merupakan keadaan penting dari *well-being* dan menjadi tolak ukur untuk mencapai kesejahteraan di sekolah. Responden siswa

laki-laki dan perempuan juga ditemukan cenderung memiliki *adversity quotient* yang baik. Namun jika dilihat berdasarkan nilai *mean* empirik, *adversity quotient* pada responden laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan. Perbedaan tingkatan *adversity quotient* yang ditinjau dari jenis kelamin ini didukung oleh penelitian Aprilia (2018) yang menunjukkan bahwa peran gender maskulin secara aktif mengendalikan respon individu terhadap kesulitan. Dengan kemampuan analitis yang lebih kuat, individu dengan peran maskulin dapat memperjelas tanggung jawab. Hal ini didukung oleh pendapat Shen (2016) dikaitkan dengan dimensi CORE (*Control, Origin & Ownership, Reach, & Control*) sebagai penilai *adversity quotient* peran gender maskulin secara aktif mengendalikan kesulitan, sedangkan peran feminim menurunkan cakupan efek dan durasi kesulitan dengan mengekspresikan perasaan mereka. Perbedaan AQ antara laki-laki dan perempuan dipengaruhi oleh karakteristik yang berbeda karena faktor fisiologis dan psikologis (Price, 2019).

Tabel 5. Analisa Deskripsi Mean Empirik Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Sekolah

Jenis Sekolah	Jumlah	%	Mean			
			AQ	Ket	SWB	Ket
Negeri	101	78%	72,08	Sedang	43,72	Sedang
Swasta	28	22%	74,21	Sedang	43,57	Sedang
Total	129					

Analisa deskripsi responden berdasarkan sekolah terbagi menjadi dua, yaitu sekolah negeri dan sekolah swasta. Berdasarkan hasil yang diperoleh dapat diketahui bahwa *school well-being* berdasarkan sekolah berada pada kategori sedang, artinya responden pada seluruh kategori ini baik siswa SMA negeri dan swasta cenderung memiliki *school well-being* yang baik. Dalam hal ini tidak ada perbedaan kategori *school well-being* pada siswa SMA yang bersekolah di sekolah negeri dan swasta seperti yang ditampilkan pada tabel 5. Sekolah baik negeri dan swasta perlu memiliki lingkungan yang baik dari kondisi fisik bangunan, lingkungan belajar, kurikulum, dan pelayanan seperti kantin dan kesehatan (konseling). Hal ini didukung oleh teori Konu dan Rimpela (2002) dimana kondisi sekolah merupakan aspek pertama dalam pemenuhan kebutuhan dasar siswa yang meliputi lingkungan fisik didalamnya dan disekitar

sekolah, lingkungan belajar, dan pelayanan, maka kondisi sekolah hal penting dari *well-being* yang digunakan sebagai tolak ukur untuk mencapai kesejahteraan siswa di sekolah. Siswa yang berasal dari sekolah negeri maupun swasta juga cenderung memiliki *adversity quotient* yang baik. Dalam hal ini tidak ada perbedaan kategori *adversity quotient* pada siswa SMA yang bersekolah di sekolah negeri dan swasta. Sekolah baik negeri dan swasta perlu memiliki lingkungan yang baik karena dapat mempengaruhi bagaimana siswa dapat merespon kesulitan yang dihadapinya. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Stoltz (2000) dimana lingkungan merupakan faktor eksternal yang dapat mempengaruhi *adversity quotient* karena lingkungan mempengaruhi bagaimana individu beradaptasi dan memberikan respon kesulitan yang dihadapinya.

Tabel 6. Analisa Deskripsi Mean Empirik Sampel Penelitian Berdasarkan Keikutsertaan Ekstrakurikuler

Ekstrakurikuler	Jumlah	%	Mean			
			AQ	Ket	SWB	Ket
Mengikuti	96	74%	72,82	Sedang	44,45	Sedang
Tidak Mengikuti	33	26%	71,73	Sedang	41,48	Sedang
Total	129					

Analisa deskripsi responden berdasarkan keikutsertaan ekstrakurikuler, dapat diketahui hasil yang diperoleh bahwa *school well-being* berada pada kategori sedang, artinya siswa yang mengikuti ekstrakurikuler dan tidak mengikuti ekstrakurikuler cenderung memiliki *school well-being* yang baik. Namun jika dilihat berdasarkan nilai *mean* empirik, *school well-being* pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler lebih tinggi dibandingkan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Permata (2012) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi keterlibatan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler, maka semakin tinggi *school well-being* yang dimilikinya. Siswa yang memiliki keterlibatan aktif dalam sekolahnya akan dapat menimbulkan perasaan positif dan bahagia karena siswa yang mengikuti ekstrakurikuler akan meningkatkan relasi, mengembangkan hubungan positif dengan temannya, serta dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan sesuai dengan minat bakatnya sehingga dapat merasakan kesejahteraannya di sekolah. Responden juga memiliki *adversity quotient* berada pada kategori sedang, artinya baik siswa yang mengikuti ekstrakurikuler dan tidak mengikuti ekstrakurikuler cenderung memiliki *adversity quotient* yang baik. Namun jika dilihat berdasarkan nilai *mean* empirik, *adversity quotient* pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler lebih tinggi dibandingkan

siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler. Hal ini dikarenakan individu yang memiliki pengalaman dalam mengikuti ekstrakurikuler atau berorganisasi akan lebih dapat beradaptasi dan memberikan respon atau mengatasi kesulitan yang dihadapinya dikarenakan sudah terbiasa dalam menghadapi beberapa kesulitan yaitu tidak hanya kesulitan dalam akademis, tetapi juga harus menghadapi kesulitan diluar kegiatan akademis sehingga siswa memiliki daya juang yang tinggi dibandingkan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Dwika, Zulharman, dan Hamidy (2014) bahwa dengan mengikuti organisasi dapat memberikan kontribusi terhadap peningkatan *adveristy quotient*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil uji hipotesis ditemukan nilai F sebesar 35,142 dengan nilai signifikansi 0,00 ($p < 0,01$) artinya hipotesis dalam penelitian ini diterima, artinya terdapat kontribusi *adversity quotient* terhadap *school well-being* pada siswa SMA. Peranan *adversity quotient* sebesar 21,7% sedangkan sebesar 78,3% merupakan pengaruh lainnya yang disebabkan oleh faktor lain diluar penelitian. Berdasarkan hasil analisis deskripsi diketahui pula bahwa responden penelitian ini yaitu siswa SMA memiliki *adversity quotient* dan *school well-being* yang berada pada kategori sedang. Siswa SMA pada penelitian ini memiliki *school well-being* yang cukup baik sehingga

diharapkan dapat meningkatkan *school well-being* dengan cara memiliki hubungan yang baik dengan teman-teman di sekolah, terlibat dalam kegiatan akademis dan non akademis, serta memperhatikan status kesehatan baik fisik maupun psikis.

Berdasarkan hasil penelitian, siswa SMA juga disarankan untuk meningkatkan *adversity quotient* dengan cara menggali penyebab dari adanya masalah itu sendiri, menganalisis masalah yang dihadapi, dan tidak lupa untuk mengambil tindakan nyata untuk mengatasi masalah. Kemudian, bagi sekolah diharapkan dapat meningkatkan kualitas dalam bidang pendidikan agar mampu menciptakan lingkungan belajar yang sehat, nyaman, dan aman untuk membantu meningkatkan *school well-being* siswa, serta mendukung untuk meningkatkan *adversity quotient* siswa dengan membantu siswa dalam mengatasi masalah atau kesulitannya dengan adanya pelayanan konseling di sekolah sehingga siswa dapat merespon kesulitan yang dialaminya dengan baik dan termotivasi untuk memiliki *adversity quotient* yang tinggi. Kemampuan *adversity quotient* yang dimiliki oleh siswa mendorong capaian hasil belajar yang baik dan merasakan kesejahteraan di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyanto, D. (2021). *Alarm kerusakan sekolah di tengah pandemi*. Diakses pada tanggal 8 Juni 2022, dari <https://www.kompas.id/baca/riset/2021/08/30/alarm-kerusakan-sekolah-di-tengah-pandemi/>.
- Amalia, I. (2020). Gambaran *school well-being* pada siswa sma. *Jurnal Psikologi Terapan*, 3(1).
- Andriany, N. F., & Setyawan, I. (2016). Adversity intelligence dan kesejahteraan sekolah pada siswa kelas xi dan xii. *Jurnal Empati*, 5(1), 24-27.
- Aprilia, E. D. (2018). Adversity quotient of late adolescence: A lesson to build survival skill from early life. *Proceedings of the International Conference on the Roles of Parents in Shaping Children's Characters (ICECED)*, 332–343
- Azhari, & Situmorang, N. Z. (2019). Dampak positif *school well-being* pada siswa di sekolah. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 256–262.
- Curby, Rudasill, Edwards and Perez-Edgar. (2011). The role of classroom quality in ameliorating the academic and social risks associated with difficult temperament. *School Psychology Quarterly*, 26(2), 175-188.
- Desmita. (2012). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya offset.
- Dwika, D. Y., Zulharman, & Hamidy, M. Y. (2014). Hubungan pengalaman berorganisasi dengan tingkat *adversity quotient* (AQ) pada mahasiswa

- angkata 2012 fakultas kedokteran universitas riau. *Journal Online Mahasiswa*, 2(1).
- Fatiara, N. (2019). *Kpai: 153 kekerasan anak terjadi di sekolah, pelakunya mayoritas guru*. Diakses pada tanggal 19 Juni 2022, dari <https://kumparan.com/kumparannews/kpai-153-kekerasan-anak-terjadi-di-sekolah-pelakunya-mayoritas-guru-1sXmURDSLII/4>
- Gusti. (2012). *400 pelajar deklarasi sekolah sejahtera*. Diakses pada tanggal 8 Juni 2022, dari <https://www.ugm.ac.id/id/berita/4634-400-pelajar-deklarasi-sekolah-sejahtera>
- Hasanah, H. (2010). *Hubungan antara adversity quotient dengan prestasi belajar siswa smun 102 jakarta timur*. Skripsi. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Hastanto, I. (2021). *Kpai: kekerasan seksual pada murid indonesia mayoritas terjadi di sekolah agama*. Diakses pada tanggal 19 Juni 2022, dari <https://www.vice.com/id/article/bvnjwa/data-kpai-2021-kekerasan-seksual-pada-murid-indonesia-mayoritas-terjadi-di-sekolah-berbasis-agama>.
- Hongwidjojo, M. P., Monika, & Wijaya, E. (2018). Relation of student-teacher trust with school well-being to hight school student. *Journal Psikodimensia*, 17(2).
- Huebner, S. E., & McCullough, G. (2000). Correlates of school satisfaction among adolescents. *The Journal of Education Research*, 93(5), 331-335
- Hutagaol, S. (2019). 251.316 *Ruangan kelas sd hingga sma di indonesia rusak parah*. Diakses pada tanggal 11 Juni 2022, dari <https://nasional.okezone.com/read/2019/12/06/337/2138942/251-316-ruangan-kelas-sd-hingga-sma-di-indonesia-rusak-parah>.
- Keyes, C. L. M. & Waterman, M. B. (2008). *Dimensions of well-being and mental health in adulthood. Dalam Marc H. Bornstein, dkk. (Ed), WellBeing: Positive development across the life course*. New Jersey, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Khofifah, A., Sano, A., & Syukur, Y. (2017). Permasalahan yang disampaikan kepada guru bk/konselor. *Jurnal ilmiah konseling*, 2(2), 26-33.
- Khoirunnisa, D. F., Hidayah, N., & Yuzarion. (2021). The influence of academic stress and adversity intelligence on school well-being. *Journal of Family Sciences*, 6(2), 111-123.
- Konu, A. & Rimpelä, M. (2002). Well-being in school: a conceptual model. *Health Promotion International*, 17(1), 79-87.

- Lee, V.E., Smith, J.B., Perry, T.E., Smylie, M.A. (1999). *Social support, academic press and student achievement: A view from the middle grades in Chicago*. Retrieved from <http://ccsr.uchicago.edu/sites/default/files/publications/p0e01.pdf>
- Maspupah, R., Violina, S. S., Diva, V. V., & Rahman, S. (2021). Pengaruh dukungan sosial terhadap motivasi dan school well being pada pelajar di indonesia. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, 2(2), 18-25.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R.O. (2007). *Human development (11th ed)*. New York: McGraw-Hill.
- Park, N. (2004). The role of subjective wellbeing in positive youth development. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 25–39.
- Permata, S.K. (2012). *Hubungan antara keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler dengan school wellbeing pada siswa SMA Islam Hidayatullah Semarang*. Skripsi (tidak diterbitkan). Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.
- Price, C. A., Kares, F., Segovia, G., & Loyd, A. B. (2019). The effect of adversity quotient and gender to learning outcome of high school students. *Applied Developmental Science*, 23(3), 239–254.
- Purnomo, A. B. (2018). *Hubungan antara school wellbeing dengan motivasi berprestasi pada siswa kelas xi di sekolah menengah atas*. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Puspasari, D. A., Kuwato, T., & Wijaya, H. E. (2012). Dukungan sosial dan adversity quotient pada remaja yang mengalami transisi sekolah. *Psikologika*, 17(1), 69-75.
- Qodar, N. (2015). *Survei ICRW: 84% anak Indonesia alami kekerasan di sekolah*. <http://news.liputan6.com/read/2191106/survei-icrw-84-anakindonesia-alamikekerasan-di-sekolah> Diakses pada 23 juni 2019
- Rasyidin, W. (2014). *Pedagogik: teoretis dan praktis*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Rohman, I. H., & Fauziah, N. (2016). Hubungan antara adversity intelligence dengan school well-being studi pada siswa sma kesatrian 1 semarang. *Jurnal Empati*, 5(2), 322-326.
- Safari, M. (2021). *Psikologi pendidikan anak usia dini*. Riau: Dotplus Publisher.
- Safiany, A., & Maryatmi, A. S. (2018). Hubungan self efficacy dan dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik pada siswa-siswi sma negeri 4 jakarta pusat. *Ikraith Humaniora*, 2(3), 87-95.

- Shen, C. Y. (2014). The relative study of gender roles, and job stress and adversity quotient. *The Journal of Global Business Management*, 10(1), 19–32.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian dan pengembangan*. Bandung: Alfabeta.
- Suhardita, K. (2011). *Efektivitas penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri siswa*. *Jurnal Pendidikan*. Diakses pada tanggal 22 Juni 2022, dari <http://jurnal.upi.edu/penelitianpendidikan/view/641/efektivitas-penggunaan-teknik-permainan-dalambimbingan-kelompok-untuk-meningkatkan-percaya-diri-siswa-penelitianquasi-eksperimen-pada-sekolah-menengah-atas-laboratorium-percontohan--upi-bandung-tahun-ajaran-2010/2011-.html>
- Wijayanti, P. A. K., & Sulistiobudi, R. A. (2018). Peer relation sebagai prediktor utama school well-being siswa sekolah dasar. *Jurnal Psikologi*, 17(1), 56-67.
- Wilkinson, R.B. (2004). The role of parental and peer attachment in the psychological health and self-esteem of adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 33, 479–493.
- Zainuddin. (2011). Pentingnya adversity quotient dalam meraih prestasi belajar. *Jurnal Guru Membangun*, 26(2).